

Consells pràctics

[Introducció](#)

[Consells per a educadors](#)

[Consells per al menors](#)



INTRODUCCIÓ

Internet és un nou repte per a l'educació dels nostres infants i alumnat. Sovint ens passa que deixem els nostres menors navegant per Internet sense involucrar-nos-hi gaire, i moltes vegades no sabem com funciona ni som prou conscients de les oportunitats i els riscos que comporta. Els pares i mares, si no tenim Internet a casa, pot ser que els nostres infants naveguin a l'escola, a la biblioteca o a casa d'amics, i aleshores encara tenim menys oportunitat de supervisar el que fan.

Els educadors i educadores ens adonem que hi ha certa informació en línia que no és apropiada pels nostres infants, o almenys no ho és a certes edats. Tot i que amb poca freqüència, s'han produït incidents en els quals persones han contactat amb infants i adolescents a través d'Internet amb la intenció de perjudicar-los. De la mateixa manera que els ensenyem a anar sols pel carrer, de manera segura, els podem ensenyar a navegar sols per Internet.

CONSELLS PER A EDUCADORS (famílies i mestres)

La millor manera de prevenir situacions de risc i ajudar els nostres infants i alumnat a navegar amb seguretat és:

- Ser conscients dels beneficis i riscos d'Internet.
- Educar-los perquè sàpiguen navegar de manera responsable.
- Donar-los estratègies perquè puguin protegir-se ells mateixos i elles mateixes mentre naveguen.

Per això a continuació us oferim alguns consells pràctics molt senzills que us hi poden ajudar. Us recomanem que en parleu amb els vostres infants i adolescents. Si ho creieu convenient, podeu adaptar-los al vostre cas i afegir-ne algun més.

Al nostre web també trobareu consells adreçats als menors de diverses edats: 8-10 anys, 11-13 anys i 14-16 anys (S3C4).

- 1) Familiaritzar-se amb Internet
- 2) Parlar obertament amb els menors i adolescents sobre l'ús d'Internet
- 3) Navegar junts
- 4) Informar-se sobre els instruments de prevenció
- 5) Preguntar en els centres educatius quina política de seguretat segueixen
- 6) Establir regles bàsiques de seguretat a la llar i en el centre educatiu
- 7) Col·locar l'ordinador a la vista de tot el món
- 8) Ensenyar als menors i adolescents a navegar amb seguretat
- 9) Cercar llocs web segurs
- 10) Davant un possible problema, reaccionar a temps

[1. Familiaritzar-se amb Internet](#)

Per poder ajudar els nostres infants i alumnat a navegar per Internet de manera segura, millor si coneixem aquest nou invent. No cal entendre'l ni

que en siguem experts, n'hi ha prou amb provar de navegar-hi una mica. De la mateixa manera que per a conduir amb cotxe no ens cal saber com funciona un motor de combustió, per veure com els nostres infants es fan servir un ordinador, no ens cal conèixer-ne tots els components. Fins i tot, si en saben més que nosaltres podem demanar-los que ens n'ensenyin.

Per aprendre a utilitzar Internet hi ha ajuntaments, biblioteques públiques, centres cívics i associacions que ofereixen cursos gratuïts o a preus molt econòmics. També podem posar-nos en contacte amb l'associació de mares i pares d'alumnes de l'escola dels nostres infants i organitzar cursos per a adults.

A més de conèixer una mica Internet, per ajudar els menors a navegar de manera gratificant val la pena que siguem conscients dels beneficis i els riscos de la xarxa.

2. Parleu obertament amb els vostres infants i adolescents sobre l'ús d'Internet

Interessar-nos per allò que els nostres infants i adolescents fan amb l'ordinador, tant a casa com a l'escola, a la biblioteca pública, a casa dels amics... ens ajudarà a estar a l'aguait de possibles riscos i a construir una atmosfera de confiança.

És convenient mantenir una bona comunicació amb els nostres alumnes o infants i intentar que ens informin sempre que vegin alguna cosa que no els agrada o que els fa sentir incòmodes. També és important que s'acostumin a presentar-nos les amistats que mantenen per la xarxa.

Si els nostres infants o alumnes ens expliquen que s'ha trobat amb algun internatua o alguna cosa que l'ha molestat, o s'ha saltat les regles, millor no culpar-lo, sinó ajudar-lo a evitar problemes en el futur. Cal recordar que segons la manera com reaccionem, l'infant ens tindrà o no prou confiança per recórrer a nosaltres la propera vegada que es trobi amb algun problema.

La nostra millor estratègia és treballar amb ells de manera que puguin aprendre del que ha passat, adquirir uns hàbits de seguretat, i saber com protegir-se per si mateixos. Establir una atmosfera de confiança pel que fa a l'ús de la xarxa ens ajudarà a prevenir situacions de risc.

3. Navegar junts

Un altre bon mètode de prevenció contra els possibles riscos d'Internet pot ser acostumar-nos a navegar junts amb els nostres infants i fer d'Internet una activitat lúdica i familiar. Els ordinadors poden oferir uns dels millors i més divertits viatges que els grans i petits puguem compartir.

Mentre ens connectem junts, no cal amoinar-nos si veiem que els nostres infants tenen més facilitat d'utilitzar l'ordinador que nosaltres. Podem deixar-los que dirigeixin les sessions, demanar-los que ens n'ensenyin, fer totes les preguntes necessàries; això pot ser una bona ajuda per a la seva autoestima.

A la vegada, nosaltres podem ensenyar-los a navegar de manera segura i donar-los recursos perquè sàpiguen utilitzar Internet responsablement. Per exemple, podem comentar amb ells la diferència entre publicitat i contingut educatiu o d'entreteniment i mostrar-los exemples de cada cosa.

4. Informar-se sobre els instruments de prevenció

Els instruments de prevenció són programes informàtics que permeten els adults prevenir l'ús que els menors fan d'Internet. Les eines més habituals són els filtres, que limiten l'accés a continguts nocius. És important que els educadors i les educadores coneguem l'existència d'aquestes eines per tal que puguem considerar lliurement la possibilitat d'instal·lar-ne algun a l'ordinador de casa o de l'escola. Per això, és recomanable informar-nos-en i estudiar quin producte s'adiu més als nostres valors.

També es recomana parlar amb el proveïdor de serveis d'Internet que hem contractat i preguntar-li si ofereix algun servei especial d'accés per a menors. Podem preguntar-li si tenen una llista de llocs web adreçats a infants, consells pràctics per a l'ús segur i enllaços a eines de prevenció disponibles al mercat. Una cosa és certa, el sector d'Internet cada vegada està prenent més consciència sobre la demanda creixent de mesures de seguretat. Això pot fer que cada vegada ofereixin més serveis i suggeriments per ajudar els educadors i les educadores a protegir els infants i fer que aquests puguin navegar amb seguretat. Si creiem que el nostre proveïdor encara no està tenint en compte tot aquest tema, podem demanar-li que almenys afegeixi al seu lloc un enllaç a webs que tractin el tema de la seguretat; com a mínim això pot contribuir a augmentar la satisfacció dels seus clients i oferir-los un millor servei.

Sigui com sigui, en cas que decidim utilitzar algun tipus de control tècnic, hem de ser conscients que no són efectius al 100% i que, per tant, hauríem de continuar supervisant la navegació dels nostres infants i adolescents. També és aconsellable que parlem amb ells sobre els motius de la utilització d'aquestes eines.

5. Preguntar en el centre educatiu quina política de seguretat segueixen

Seria interessant informar-nos sobre quines mesures de prevenció d'accessos a continguts nocius d'Internet estan prenent els centres educatius i les biblioteques on van els nostres infants. Podem parlar del tema amb altres pares i mares que coneguem i contribuir, tant com puguem, a sensibilitzar les persones implicades sobre la utilització segura d'Internet. Entre tots podrem decidir la millor manera de protegir els nostres infants.

6. Establir regles bàsiques de seguretat a la llar i al centre educatiu

Cal decidir amb els infants i adolescents unes regles de seguretat per a l'ús d'Internet. Aquestes normes serveixen senzillament perquè els més joves s'ho puguin passar bé i estar segurs mentre naveguen. Podem acordar amb els menors els llocs web per a visitar, l'horari de connexió més apropiat, etc. Per tal que les regles siguin més efectives, haurien de ser fruit de la comunicació amb ells. Podem penjar-les en un lloc visible.

7. Col·locar l'ordinador a la vista de tots

Per a estar a prop dels nostres infants mentre naveguen, millor si col·loquem l'ordinador de casa en una sala comuna, a la vista de tothom, en lloc de l'habitació dels infants (almenys al principi). Això ens ajudarà a supervisar-ne la navegació i poder donar un cop d'ull més sovint al que fa per Internet.

8. Ensenyar els menors a navegar amb seguretat

Per als menors Internet és un lloc genial on es pot parlar amb gent d'arreu i fer nous amics i amigues, aprendre coses sobre qualsevol tema, i passar-s'ho d'allò més bé. Però valdria la pena que per a la seva seguretat arribessin a:

- Ser conscients que l'ordinador és una eina educativa que serveix per a comunicar-se de manera positiva.
- Saber distingir entre els continguts d'Internet que són recomanables i els que no ho són.
- Ser conscients que a Internet hi ha gent de tota mena, com a qualsevol altre lloc.
- Saber reaccionar de manera responsable i saber resoldre per si mateixos possibles situacions de risc.

Per això és convenient que ensenyem els nostres infants i alumnat a seguir aquests consells pràctics:

- No facilitar mai les dades personals (el nom complet, l'adreça, el telèfon) ni la seva contrasenya a ningú per Internet, encara que pugui sonar oficial. Seria com si donessin les claus de casa.
- Deixar la canalla sola mentre utilitzen Internet (sobretot pel que fa als xats) és com si els deixéssim enmig d'un parc i els diguéssim: "apa, vés i fes nous amics". Per això, és convenient que s'acostumin a presentar-nos els seus ciberamics, de la mateixa manera que ens presenten els altres amics. També, pot ser riscós que quedin amb algú que hagin conegut a través d'Internet. Si de tota manera volen quedar-hi, el millor és que els acompanyi una persona adulta i es trobin en un lloc públic.
- Quan hi hagi alguna cosa que els resulti desagradable, tinguin el costum de dir-ho a algun amic o adult i no deixin que els perjudiqui. Per exemple, alguna imatge o foto a les pàgines web o algun missatge que escrigui algú en els xats. Pel que fa al correu electrònic, millor si s'acostumen a demanar permís als pares o mestres abans d'obrir fitxers o llegir missatges enviats per alguna persona desconeguda.
- Per a comprar o fer alguna cosa per Internet que pugui costar diners a la seva família, millor que ho facin sempre amb el permís i l'ajuda dels pares.

9. Cercar llocs web segurs

Caldria cercar llocs web segurs, adreçats a infants o adolescents, de la mateixa manera que busquem llibres, programes de TV o pel·lícules que els són apropiats..

És important centrar-nos en els aspectes positius d'Internet. Quan portem el nostre infant a una biblioteca no li diem tot allò que no hauria de llegir, sinó que li mostrem els llibres que més li poden interessar. De la mateixa manera, quan li ensenyem a navegar per Internet, val la pena adreçar-lo als webs educatius, que el poden animar a compartir interessos amb altres infants i a navegar amb seguretat sota la nostra supervisió.

10. Davant un possible problema, reaccionar a temps

Si en alguna ocasió tenim indicis que els nostres infants o alumnat està en risc, podem parlar-ne amb ells i trucar a la policia o algun altre organisme adient.

En cas de trobar material presumptament il·legal, podem trucar als Mossos d'Esquadra al telèfon 93 300 22 96. Si trobem pornografia infantil, podem denunciar-la anònimament a la línia directa Protegeles.com; ells intentaran posar-la fora de circulació.

CONSELLS PER A INFANTS

INFANTS DE 8 A 10 ANYS

Internet és un lloc genial on pots fer nous amics i amigues, aprendre moltes coses i passar-t'ho pipa. Però hi ha gent de tota mena, com a tot arreu:

persones bones i persones que et poden enredar. Per això, vés amb compte i millor que segueixis aquests consells:

1. No donis mai el teu nom, adreça ni telèfon quan naveguis per Internet, sense el permís dels pares. Seria com si donessis les claus de casa.
2. Guarda la teva contrasenya en secret i no la donis a ningú (ni tan sols al teu millor amic o amiga) excepte als pares. Algú la podria utilitzar i fer-se passar per tu.
3. És molt divertit fer nous amics navegant per Internet, però explica als teus pares a qui has conegut i presenta'ls els teus nous amics.
4. Si vols conèixer en persona a algú que hagi conegut per la xarxa, demana permís als pares i que t'acompanyin quan quedis amb aquesta persona.
5. A la xarxa hi ha moltíssimes coses bones, però també n'hi ha alguna de dolenta. Si en una web trobes alguna paraula o foto que et fa sentir malament, surt de la pàgina i no deixis que et molesti. Explica-ho a algú dels teus pares o mestres.
6. Fer un xat pot ser super divertit, però no et quedis en una sala de xats si algú et fa sentir incòmode o et molesta.
7. El correu electrònic és un gran invent. Però per a la teva seguretat, no obris ni llegeixis missatges o fitxers que t'envii alguna persona desconeguda, si no és amb el permís dels teus pares o mestres.

Segueix aquests passos senzills i tindràs accés al món. Gaudeix de l'experiència i recorda, quan naveguis per Internet, de veritat que els teus millors amics poden ser els teus pares, tutor o professor.

INFANTS D'11 A 13 ANYS

Internet és un lloc genial on pots parlar amb gent de tot arreu i fer nous amics i amigues, aprendre coses sobre qualsevol tema que t'agradi, i passar-t'ho pipa.

Però estiguis on estiguis quan navegues per Internet, hi ha molta gent entrant i sortint lliurement. Hi ha persones de tota mena, com a tot arreu: algunes amb bones intencions i algunes altres que potser et poden enredar. Per això et donem alguns passos senzills que t'ajudaran a estar més segur:

1. No donis mai les teves dades personals (el nom, l'adreça, el telèfon) a ningú sense el permís dels pares. Seria com si donessis les claus de casa.
2. La teva contrasenya és la teva pròpia identitat. Per tant, guarda-la en secret i no la donis a ningú (ni tan sols al teu millor amic o amiga). Algú la podria utilitzar i fer-se passar per tu.
3. És molt divertit fer nous amics navegant per Internet, però explica als teus pares a qui has conegut i presenta'ls els teus nous amics.
4. Si vols conèixer en persona a algú que has conegut al ciberespai, demana permís als teus pares o tutor i vés amb ells a la primera cita. Estaràs més segur si quedes en un lloc públic.
5. A la xarxa hi ha moltíssimes coses bones, però també n'hi ha de dolentes. Si en una web trobes alguna cosa que et resulta desagradable surt de la pàgina i no deixis que et perjudiqui. Explica-ho a algun dels teus pares o als mestres.
6. Fer un xat pot ser super divertit, però no et quedis en una sala de xats si algú et fa sentir incòmode o preocupat. Recorda que en un xat la teva seguretat depèn bàsicament de tu.
7. El correu electrònic és un gran invent. Però per a la teva seguretat, no obris ni llegeixis missatges o fitxers que t'envii alguna persona desconeguda, si no és amb el permís dels teus pares o mestres.
8. Si vols comprar o fer alguna cosa per Internet que pugui costar-li diners a la teva família, fes-ho sempre amb el permís i l'ajuda dels pares.
9. Els teus pares i tu sou un equip. Els pots ensenyar a utilitzar Internet i mostrar-los les pàgines web que visites i què fas quan navegues. Ells et poden ajudar a seguir unes pautes perquè t'ho passis bé i estiguis segur mentre navegues. Els equips guanyen quan treballen plegats. Recorda que pots confiar en els teus pares i professors.
10. Quan naveguis per Internet i algun amic o amiga et proposi fer alguna cosa, no ho facis si creus que als teus pares no els agradaria. Ets una persona forta i responsable, i de vegades cal que li diguis a algú "no" perquè puguis fer allò que està bé.

Segueix aquests passos senzills i tindràs accés al món. Gaudeix de l'experiència i recorda, quan naveguis per Internet, de veritat que els teus millors amics poden ser els teus pares, tutor o professor.

JOVES DE 14 I 15 ANYS

Internet és genial: et permet parlar amb gent de tot arreu, fer nous amics i amigues, aprendre coses sobre qualsevol tema que t'agradi, i passar-t'ho

d'allò més bé. Però vés amb compte: podries córrer perill si no segueixes uns quants passos senzills...

1. No donis mai les teves dades personals (nom, adreça, telèfon) a ningú per Internet, encara que sembli ser amic teu. Seria com si donessis les claus de casa.
 2. La teva contrasenya és la teva pròpia identitat. Per tant, guarda-la en secret i no la donis a ningú (ni tan sols al teu millor amic o amiga). Algú la podria utilitzar i fer-se passar per tu.
 3. Fer amics per Internet és molt divertit, però recorda que la gent no sempre és tan legal en la realitat com ho demostra per la xarxa. Explica a algú de confiança a qui has conegut i presenta'ls els teus nous amics.
 4. Si vols quedar amb algú que has conegut a través d'Internet, parla'n amb algun amic o amiga o algun dels teus pares i demana-li que t'acompanyi a la primera cita. Estaràs més segur si quedes en un lloc públic.
 5. A la xarxa hi ha quantitat de coses bones, però també n'hi ha de dolentes. Si en una web trobes alguna cosa que et fa sentir incòmode parla'n amb algun amic o amiga o algun dels teus pares.
 6. Fer un xat pot ser super divertit, però no et creguis tot el que la gent et diu als xats. No et refiïs de ningú que et vulgui posar en contra dels teus pares, mestres o amics. Si algú et molesta o et fa sentir incòmode o preocupat, surt de seguida i digues-ho a algú de confiança. Recorda que en un xat la teva seguretat depèn bàsicament de tu.
 7. El correu electrònic és un gran invent. Però si reps algun missatge desagradable o insinuant, per evitar-te problemes millor que no contestis, perquè només aconseguiries animar a la persona que l'ha escrit.
 8. Si vols comprar o fer alguna cosa per Internet que pugui costar-li diners a la teva família, parla'n abans amb els teus pares. No donis a ningú el número de la teva targeta de crèdit o dades bancàries, perquè algú ho podria fer servir per robar-te.
 9. A la xarxa hi ha molta informació fiable, però també n'hi ha de dubtosa. Abans d'empassar-te alguna mentida, consulta la font d'informació i confirma-ho amb algun adult de confiança. Recorda: si algú et fa una oferta que sembla massa bona per a ser veritat, segurament és un parany.
 10. Si vols estalviar-te possibles problemes i ser un bon ciutadà en línia, evita fer res que pugui perjudicar altra gent o que sigui il·legal. Ets una persona forta i responsable, recorda que de vegades cal que li diguis a algú "no" perquè puguis fer allò que creus que és correcte.
- Segueix aquests passos senzills i tindràs accés al món. Gaudeix de l'experiència i recorda, quan naveguis per Internet, et pot ajudar comptar amb l'opinió d'algun adult de confiança.